

Skötselråd för tandskydd

Rengöring efter användning

Det är viktigt att rengöra ditt tandskydd efter varje användning för att förhindra uppbyggnad av bakterier och minska risken för dålig lukt. Använd en mjuk tandborste och mild tvål eller en rengöringslösning som är speciellt framtagen för sporttandskydd. Skölj noggrant i kallt till ljust vatten efter varje rengöring. Undvik att använda tandkräm då det kan vara för slipande och skapa små repor där bakterier kan ansamlas.

Undvik värme och direkt solljus

För att förhindra att ditt tandskydd tappar formen, undvik att exponera det för höga temperaturer och direkt solljus eller nära andra värmekällor, då detta kan deformera materialet.

Förvaring

Förvara tandskyddet i en hård, ventilerad behållare när det inte används. Detta skyddar det från skador och hjälper till att hålla det torrt, vilket förhindrar bakterietillväxt. Kontrollera att tandskyddet är helt torrt innan du placerar det i förvaringsasken för att undvika mögelbildning.

Regelbunden kontroll och byte vid skador

Inspektera ditt tandskydd regelbundet för tecken på slitage, sprickor eller andra skador. Om tandskyddet visar tecken på allvarligt slitage eller har sprickor, använd det inte. Kontakta din tandläkare för att få det utbytt. Användning av ett skadat tandskydd kan leda till otillräckligt skydd och öka risken för skador.

Användning enligt rekommendation

Använd ditt tandskydd enligt de instruktioner som tillhandahålls av din tränare eller tandläkare. Tandskyddet är avsett att användas under sportaktiviteter för att skydda dina tänder och käke från slag och stötar.

Hantera obehag

Om du upplever irritation eller obehag medan du använder tandskyddet, kontakta en specialist. Tandskyddet kan behöva justeras för att förbättra komforten.

Genom att noggrant följa dessa skötselråd kan du förlänga livslängden på ditt tandskydd och säkerställa att det fortsätter att ge effektivt skydd.